အေးရန်ခိုပသိမ်း
ကင်းငြိမ်းကော်ရှုသော ဖြတ်သွားသူရော၊
သတ္တဝါအပေါင်းတို့
အေးရန်ခိုပသိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ၊

ငါ့ကြိုက်ကိုယ်မှာ
နံ့သာမွှေးကြိုင် မြိုင်လွှတ်စွာ
ကောင်းရာမဖြင့် ဆံပသော်ရှိ
မွှေးသွင်းပိုက်၍ ဂီသည်းလက်အသည်း
ခြေအသည်းနိုင် သွားလည်းတစ္စေ
အစေတဖျိုး သို့နှံ့ဆိုးသည်
အသိုးအပုပ်ချည်းပါတကား။

ငါသည် မုချ သေရမည်
အချိန်မရွေး သေနိုင်သည်၊

သို့ နှာသေဘွဲ့ ကျောင်းမလွဲ
တံ ပ သင်္ကို တိမ်းမည်၊
ဉာဏ် ပ လွတ်မြောက်အောင်နိုးသည်၊

ဒါဖြစ်တတ်ရှုး ဟောတုံဒြားလည်း
သူ့ရှုး အကြိုက် မလိုက်တတ်ဘဲ
ဘာ့ကြောင့်ဘယ့်ကြောင့် အမယ့်ကြောင့်ဟု
အကြောင့်အကျောက်, အထောင့်ဆင်မြဲ
အသချော့နှင့် ရှေ့သာလိုက်သော
တခါခါမှာ သတ္တိသာမှု
ဒါန သီလ လက်ခံဖွါးဖွါး

နောက်ဆုံးရှုးမှ
အမှားပါတဲ့ ပါကြဦးဟု
နောက်ဖို့နောက်ဖို့ နောက်လို့မဆုံး
အမှားဆုံးလျှော့ နှလုံး မရွေး
အကျိုးလေ့ဖြင့် နေ့ပျော်လပျော်
ဘဝပျော်လျက် ပျော်မြဲမြော်မြဲ
တလဲလဲ မခွဲခွာနိုင် ရှိစေသည်။

※ ဂုဏ္ဍဦနှိ ထောက် ဂုဏ်တိုကြော်ကြ
ပုပ္ပါကြော့ခန္ဓာ သေပိမ့်ပြီကြ
သဏ္ဍာတ်ခပင်း ဂုဏ်သောမင်းနိုင့်
မြက်သင်းဖွဲ့ရုက် ဦးနှီးအဘွက်ပြုံင်
တခဏကာမ မဂ္ဂါတြာဂုဏ်

အပ္ပမာဒေန ဘိက္ခဝေ

သမ္ပာဒေထ

အနက်ကား! လိုက်နာပြီးသည်
တရားလိုက်နာပြီးသည် တရားလက်မလွှတ်စေနှင့်။

ဂုဏ်ကြိယ်ကာယ ကပ်လဲ့မှုဖို ※
နှင်ဂ နာမ်ရုပ် ဖြစ်ပျက်ချုပ်ဖို
နာမ်ရုပ်နှစ်ပါး အလှည့်သား၍
ကျကား ဆိပ်ပြော ကျကား ဝိတည်း
ကျပြော ဖိဂ ကျကြကျ ဖြ
ဦး ဒုဖြစ်ရာ မရှိပါသည်၊
နှစ်ပြော နာမ်ရုပ် မှုသာတည်း။

ဂုဏ်နံ့သင်း ကျော်စောခြင်းကား
ဆီးနှင်းကျပုံမျှသာတည်း၊
စည်းစိမ်သင်းပင်း ခံစားခြင်းကား
လဒ်ဟင်းရေရုံမျှသာတည်း၊

ကြိုးကြိုးမင်းမင်း လုပ်ဆောင်ခြင်းကား
ထမင်းဝရုံမျှသာတည်း၊
ဝိုးဝိုးဝင်းဝင်း ဝတ်ဆင်ခြင်းကား
နုနှင်းဆီကိုးပုံမျှသာတည်း၊

အာသာမစောင်း ချော့လင့်ခြင်းကား
စိတ်တွင်းမောရုံမျှသာတည်း၊
ပန္နည်းဖွဲ့ကြံကင်း သိမ်းပိုက်ခြင်းကား
မယ်ကျင်းခွန့်ရုံမျှသာတည်း။

ဖြစ်သလိုသွား ရှိသလိုစား
ကားသလိုနေ ကပိုကျော့မရှက်နိုင်
ကပိုကျုပ် ဥကွေကော့ကက်ပေါ်မှုသည်။

သူ့ကိုလည်း ငါမပိုင် ငါ့ကိုလည်းသူမပိုင်
ကာယရှင်ကိုယ်မှ ကာယသူမပိုင်
အချိန်တိုင်း သူဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်
ငါဖြစ်ချင်သလို မဖြစ်

ပစ္စည်းက လူ့ကိုပစ်
လူကသော်လည်း ပစ္စည်းကိုပစ်
အမှန်စင်စစ် မမြဲသော အနိစ္စ
ဆင်းရဲသော ဒုက္ခ
အလိုအတိုင်း မဖြစ်သော အနတ္တပါတကား၊

သောရင့်ဖြိုက်ကျ၍ ရေမှုပွဲလျှင်
လက်ထဲပုံသေ ဆိုက်ရောက်နေလျက်
ကျောင်းကျွေ့ဒိလုံး ကိုယ်မသုံးသော်
အရုံးကိုယ့်မြင်ကြီ ညိုမို့လော။

ဟိုကကောင်းလို့ ခုကောင်းပါသည်၊
ယခုကောင်းမှ နောင်ကောင်းပါလိမ့်မည်၊

မပြောရှိသူ လူ့ပြောပြကား
တရားကိုရွ မရှိကြဘဲ
လောကရေးရာ အားထုတ်ကာမျှင်
ဂုဏ်ကြား ရှေ့ည လှုပ်သမှုကို
ကာလအဖြစ် ရာမမှတ်ဘူး
ကျင့်ဝတ်ချိုင်ကြည့်
ကောက်တည့်ဖြပျက်
ဝိသဉ္ဇိရဏ်မှ အသက်ရှင်ဖြတ်
ရှောက်မှတ်ပါ။

ရက်သင့်ပြော

ကြာပင်ဆောက်ကိုပါ၊ ကြာဝက်ဆံ မဓား ရှုံ့ဆိုသာ တားသည့်၊ ပိတ်ုံးကား အထေးမှုလာ၍ ကြာဝက်ဆံကို တားသည်၊

သာသာနှာစွင်းသား သာသာနှာဝက်ဆံ မဓားလျှင် ပိတ်ုံးအား ရက်သင့်ပါ။

အကာပဓိ အနုဂ်ဖျူပါ

ကျူဂုဏ် ငွေဂုဏ် ဂုဏ်ကျေး ဂုဏ်သည်
လူ့ကုံလောက အကာမှုတည်း
သူကမြဲရ မစည်ဖြူလျှင်
ဦးယူလို့ကြ ဦးလှိုရုံ

ဝိုး ဂုဏ် ဝေဖြောင့်ဂုဏ် ယဉ်ကျေးဂုဏ်သည်
လူ့ကုံလောက ဒုဓိသာရတည်း
သူကမြဲရ မတည်ဖြူလည်း
ဦးယူမရ ကျွာမကျ။

ဘုရိန္ဒာဥယာဉ် ကိုယ့်အဖြစ်ကား
အဖြစ်တရား အလှုံမျိုးနဲ့
၁၀ဒိကြား ပုဏ္ဏာ ဝဏ်မင်းစစ်
အကာယဖြစ်လည်း ဆုံးကျိုးမရှိ
အကာတိမ္မ မျက်ဆီးရှုယ်စွာ တပ်သဏ္ဍ
ကျင့်ပါအရူး ဂုဏ်ကျေးဇူးသာ
ဖြိုးမျှဟင်း၃ပါး မကျန်ကျွမ်းအောင်
၁ဥ္စ စွိုး ကသာ ဆော်ငြိမ်းကြောင်း

သူတော်သူစင် ပညာရှင်တို့
မိန့်ကျူးခဲ့ကြား ကမ္ဘာ့စွမ်းကြားက
ပဋ္ဌာန်းဆန့်ကျင် အဘိုး ဖြည့်တန်
ဧကန်မုချ ကမ်လုံး ရသို့
ဒိဋ္ဌိဖျိုးမှန် ကျင့်ကြလှန်ပါ။

ဖြသောဒါး လက်ပါစေ

မကောင်းတာကြဲ မမှန်တာလှုပ်
မဟုတ်တာ ပြောတာ ဖြသောဒါးပါ၊

ရက်ကြာရာ ပူညွှန်းဖြစ်ပါစေ

ကောင်းတာကြဲ မှန်တာလှုပ်
ဟုတ်တာပြောတာ ရက်ကြာရာ။

သူတစ်-မကော ကိုယ်ကောင်းမှု
သူတော်ကောင်းစစ်ဝါ၊

သူများ မကောင်း မကောင်းက
ကိုယ်မကောင်းခံလိုက်ရများ၊

ဦး: ဦး: ဦ ဦ ဦ ၁၃၃ ယိုန်

နဖူး ဗွိုင်း ဦးနှင့် ဦးမွိုး ဝါက
တို့ တွယ်ပါလည်း ကာရာလွဲက
ရဲ့အပါယ် ခဲ့ဖြစ်တွယ်
ဝဋ်နိုင်ယ်ကြည်လျှားရှာ။

ချမ်းသာပျော်ရွှင် နေချင်ကြသူ
ရာဖြစ် ဘာဝနာ၊

ဘာဝနာနှင့်ရာကျွမ်း စိတ်ကြည်လင်
ပျော်ရွှင်စွာနှင့်ချမ်းသာ၊

ဒိဋ္ဌိသက္ကာယ မဂ္ဂသာပြု
ဘေး၀ အပါယ် ကျော်ဦးမယ်
နှင်ဝယ်သတိထား၊

ဘုံ့အလားကြောင့် မြတ်ဘုရားက
ရင်ဝ ပျံ့ ရှုး လိပ်ဦးမီးလောင်
မကျော်အဟုတ် အားထုတ်ရန်သတောကို
သတ္တိယာဝိယ ဩမဋ္ဌောဟု
ဟော ကြားတော်မူခဲ့လေသတည်း။

ပပဥဓ ဖြင့်သမျှလည်း
ချမ်းသာမှုချည်း ကုံ့လုံသည်းထိ

ချမ်းသာတစ်ခု မက်မောမှုကြောင့်
ပပဥဓ ကြိုးပမ်းတလည်း
ဥက္ကာ ပလိယ် ကျယ်ကောကျယ်သည်
ရှုယ်ဆိုင်းမလော ဖြောက်ပါတကား၊

ချမ်းသာလိမ့်နိုး မိတ်ကောကြိုးနှင့်
အား ကြိုး ငုံ့ဖျပ် စောင့်ပါတောလည်း
တွေ့တွေ့ချက်ပေါ့မ်းပါး ကင်ချက်မှာသည်
တစ်စားကျိုး မနိပ်ပါတကား။

သာဒ္ဓိကာသာ ပုဂ္ဂိုလ်ဗိုလ်နှင့်
တကျောသောင်မြီး ကိုယ့်ဆိုက်ပြိုင်ကြ
ကြီးပွါးလေလေ
လှာတွေ့ ကြုံရေး မှုပြောက်ကျွေစော်
အေး ခွင့်မရှုက်း ရှောက်ဆိုကင်းသည်
တစ်ဖြင်း ဥက္ကာဝင်ပါတကား။

ကုသိုလ်တရားဖြင့် ငွေတွေကျင် ပျော်ရွှင်သက်သက်ပင်
ကုသိုလ်လှူဒါန်း ငွေကုန်ပဲ ဘုရားလည်းမြှောက်ချင်
ကျကြသည့်ဘဝ အကျိုးပေး ဖြစ်ပါစေး ရှိစွာနိုင်။

<u>အပျော်နှင့်အကျိုး</u>

အကုသိုလ်တရားတော
ဖြန့်ဝေသော သူတွေကို
ကုသိုလ်ပေါ့အောင်ကျွ
မှည့်မတက္က ရေအေး။

<u>ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ</u>

ကိုးကွယ်စရာ ဘုရား တရား သံဃာ
အားကိုးစရာ ကံ ဉာဏ် ဝီရိယ
ဖြည့်ကျင့်စရာ ဒါန သီလ ဘာဝနာ ပါ။

ရုပ်ကိုသာ မြင် စိတ်မမြင်
စိတ်ခံစားမှု ရုပ်မမှု။
ရုပ်ကိုလဲ မြင် စိတ်လဲမြင်
မြင်အောင်ကြိုးစားရ ကြိုးစားမှု
သည့်ခါ နိဗ္ဗာန် ဆိုက်လိမ့်မည်။

မျက်စိအရှေ့ အတာတွေကို
ရှုသူချင်းချင်း ဦးသူချင်းက
မြင်ကြတာထက်
ရှုသက်များစွာ
စိတ်ဖြစ်မှာက ပြောကျော်ကြပြီ။

မိဘအတွေးပျိုး ပွားတိုးစေဒါ
ဖြည့်ဆည်းတော့ထက်
ကောင်းစွာကားပါပ
စိတ်ဖြစ်ကသော့ ဖြည့်ဆည်းရမည်။

ကိုယ်ပိုင်နှင့်ဘုံဆိုင်

ခြွေရံလင်မယား သမီးသားနှင့်
စီးပွါးအရုံ ကာမဂုဏ်တို့ကား
ဘုံဆိုင် အခဏ တာရှုံးတို့သာတည်း၊

ဒါနသီလနှင့် တပ္ပကာဇါကျွ
ဘာဝနာတို့ကား
ကိုယ်ပိုင် အနန္တ တာရေးတို့တဥပါး၊

ဈေးဖို့နှင့်မွဲဖို့

ခြွေရံလင်မယား သမီးသားနှင့်
စီးပွါး အရုံ ကာမဂုဏ်တို့ကား
ဈေးဖို့နှင့် မွဲဖို့ အခဏ တာရုံးတည်း၊

ဒါနသီလနှင့် တုပကောင်းကျွ
ဘာဝနာတို့ကား
အစဉ်ကောင်းဖို့နှင့် ဝါဏ်းဖို့သာတည်း၊

ကျူ့ဦး ဆိမ်းထက် ဆင်ပြောင်တက်ချိုး
သေမင်းရဲ့ မျက် ဥ် ဖျက်ပစ်ကြ
သာသနာ့နိုင် ဝေါ်လာရခိုင်
လုံ့လ စိုက်ကြ ထွက်လမ်းရှာလော။

ရဖြုတ်ကောင်းပ မှော်ရေနတ
သေကြဖို့ ရှိ အကြောင်းတစ်ညီ။
ရဖြုတ်ကျော်ခဲ့သော ညိနေတာ
သော ဖွာကောင်းဖို့ အကြောင်းတစ်ညီ။

မဆွေ့လျှင် ဦးမှာနိ
ဆွေ့လျှင် သူသာနိ

တညဉ့်အိပ် ဆရက်တက် ဘောဘက်ငါ့ကို နိုးလာပြီ
တမွတ်မွတ် တချက်ချက် နှီးပွားနှိကဲ့သို့ နိုးလာပြီ၊
သောမှာမလို့ ဖုန့်ပ် ဘောရဲ့အော်သော အားကျတယ်ပါ၊

အိုးချာ ဘောဘ ဥပြီ ဖော်ငြှင့်ပို့ ကျကိုမဖြစ်ပါတာကား၊
ဓာတ်တြာကတ်ဘုမ် ကျိဒ်ရာမ် အားငြိမ့် မှုချေပါတကား၊
ကိုယ်ဖို့ ~~[illegible]~~ ဥစ္စာ (မရှိပါ ဖွန့်ကာဘွားရမည့်တကား
လိုမပြည့်ဝ အားမရ ဆာကျား စွယ်နှိပ်ငြှင်းပါတကား၊
ရမ္မဓြေဘ ဂုဏ်လေးဝ ဗုဒ္ဓ ဟောကြား သတိထား။

ဘသက်ရှာညပြိုင်း ဆနွာကင်း ဆအင်းလှလိုချင်၊
အမျိုး ဖြင့်မြတ် နှတ်ဖြည့်ဥပ် ဆိုက်ကာပတ်ကြလဲလိုချင်၊
မကြိုက် ဖို့လိုဘာက် ဖြောက်နှီးပွား ဖာကနှပ် ရောကျလိုချင်
ဆပူမာဘ်ဇော်ဖြဲ သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွါးများဖြစ်ပိုးပင်၊

နှာမလိမ္မာ မှု ဥပ်သစ်ဒေါ်ကမည်
နှာမမလိမ္မာ ဥပ်နှာလိပ်မည်
နှာမဖြစ်အေး ဥပ်ကျွဲ၊ မြောက်လိပ်မည်၊

ဒါနကိုပြုလိုက် ဘောဂကိုက် ကျေလက်ကိုက်
လူ နတ်ဖြစ်ပြီ၊
သီလကိုပြုလိုက် ဘောဂကိုက် ကျေလက်ကိုက်
လူ နတ်ဖြစ်ပြီ၊
သမထပြုလိုက် ဘောဂကိုက် ကျေလက်ကိုက်
ဗြဟ္မာဖြစ်ပြီ၊
ဝိပဿနာပြုလိုက် ဘောဂဆိုက် ကျေလက်ကိုက်
နိဗ္ဗာန်ရပြီ၊

မကောင်းမှုရှောင် ကောင်းမှုဆောင်
စင်အောင်စိတ်ကိုဖြူပါ။
လက်ငင်းချမ်းသာ နောင်ချမ်းသာ
ဖြစ်ရှာပေါ့ယုံကြ။

နာမ်ရုပ်တရား ကြည်ညိုပါလည်း
ဂုဏ်ကျေးတော်လ မတည်ကြပဲ
ကလော ဖြစ်ပျက် ခဏတော ပျက်ကျ
နှိပ်စက်ခြင်းရှာ လိုမပါသည်
သဘာဝအား ကြည်ညိုပါးကြောင့်
ဖြစ်ပွါးသမျှ အနိစ္စသည်...
ဒုက္ခ အနတ္တ ချည်းသာတည်း။

ယခုကြုံရ ဝေဒနာကာလ၌
ဒါနသီလ ဘက်စ ပွါးပွါး
ပြုလုပ်ပြီး၍ နောက်ဘုရားမှ
အများငါတို့ ပါစေဆိုလှ
ဘုရားမဆုံ နောက်မဆုံး
တနိုင်ဂုဏ်ကြံ သံသရာ။

ကရုဏာ လက်မလွှတ်ပါနှင့်

ရုပ်နာမ်ခန္ဓ သင်္ခါရတိုး
ကိုယ်ကာကျိုးပဲ့ ဖြစ်လို့တဲ့လည်း
တဖုံအင်္ဂါ သူ့ကာနဲ့ မြင်
ပေါက်လဲတက်ရှာ ခန္ဓာကို
ပညာနှစ်ရှူ ပျော်ကြောက်ရွံ့ရှဲ

ယခုပင်လျှင် မသိခင်က
ကျွတ်တင်ကောင်းမှု ကြိုးစားဖြစ်လော၊
ကျွတ်တင်တရား နား ထောင်ကြားလော၊

/

ယခုပင်လျှင် မနာခင်က
ယခုပင်လျှင် မသေခင်က
ကျွတ်တင်ကောင်းမှု ကြိုးစားဖြစ်လော၊
ကျွတ်တင်တရား နား ထောင်ကြားလော။

* နိုးမရှုပ်နှိပ်စက်ရန် သူ့ဖြစ်ဟန်ကို
အမှန်ဒီမှာ မသိကြဘူ
ငါသေ ငါကိုင် ငါကိုင်ငါသွား
ငါကြား ငါကြည့် ငါသိငါဖြင့်
ခေတ်ဖြစ်နင်ကို ငါပင်မရှု
မှတ်ထင်ကြသည်
သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ခွဲလမ်းမှုကြီးပါတကား။

* ဒိဋ္ဌိမကွာ ပုဂ္ဂိုလ်မှာလျှင်
လူတွေငစိတ်ဆော နတ်ဗြဟ္မာသိကြား
ပိုးမွှား စမျှာ ဖြစ်ရပါလည်း
ဒုဂ္ဂါ ယိုကြွ ကျသိုလ်ခံက
ဖေါက်ပွဲပါယ်ကြွာ ကျောက်ဖြစ်ကြကာတည်း။